

Il principio del minimo stimolo e i processi di autoregolazione (2009)

di Silja Wendelstadt*

L'ecologia dei sistemi viventi chiarisce che ogni organismo vivente è in costante contatto con l'ambiente che lo circonda, lo influenza e ne è influenzato. L'ospedale è l'ambiente di nascita del bambino. Secondo Wilhelm Reich il bambino viene al mondo e porta con sé un sistema energetico di enorme produttività e adattabilità, con il quale inizia a formare l'ambiente: entra in *contatto* con la madre e la informa dei propri bisogni.

A partire dal video "*Delivery – Self attachment*" 1990 (studio pubblicato in *The Lancet*), Righard¹ ha osservato due gruppi di neonati. Nel primo gruppo i bambini erano messi sull'addome della madre, non lavati, e in cinquanta minuti la maggior parte di essi si era mosso verso il seno e succhiava correttamente. I bambini lavati e misurati dopo la nascita, invece, e poi messi sull'addome della madre, per la maggior parte erano troppo confusi per trovare il seno. E' questo un esempio di autoregolazione alla nascita..

K.Moberg², nel libro *The Oxytocin Factor - Tapping the Hormone of Calm, Love and Healing* scrive, in sintesi, riguardo alla capacità del neonato di attaccarsi al seno della madre: il neonato con il suo movimento vermicolante massaggia l'addome della madre. procurando un enorme beneficio a entrambi. Poi, il bambino massaggia con le mani il seno della madre al quale si aggrappa mentre cerca il capezzolo con decisi movimenti di rotazione della testa. Questa stimolazione fa sì che nel sistema della madre sia immessa ossitocina³ pulsante che provoca non soltanto l'eiezione del latte. ma anche l'espulsione della placenta e la dilatazione dei vasi sanguigni del petto della madre in modo che il neonato riceva il necessario calore.

I bambini sono calmi, non piangono se non sono tolti dalle madri. Sono rilassati, come dimostrato da un aumentato flusso di sangue nelle mani e nei

* Psicoterapeuta, analista bioenergetica, supervisore e didatta della S.I.A.B.- E' membro della EABP (European Association for Body-Psychotherapy), sin dalla sua fondazione, nel 1987 e dal 2002 ha acquisito il certificato come European Body-Psychoterapist.

¹ Lennart Righard M. D. . Department of Pediatrics, University of Lund, Malmo General Hospital, Svezia

² Docente e ricercatrice presso il Department of Physiology and Pharmacology [A.S., K.U.-M.], Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden; Department of Woman and Child Health, Pediatric Endocrinology Unit [C.C.-S., P.B.], Karolinska Hospital, Stockholm, Sweden; and Department of Molecular Medicine, Endocrine and Diabetes Unit [K.B.], Karolinska Hospital, Stockholm, Sweden

³ Risultano inoltre interessanti recenti studi scientifici (professor Larry Young, biologo della Emory University, Atlanta, Georgia, in un articolo sulla rivista scientifica Nature, 2009) che avrebbero dimostrato per l'ossitocina una correlazione tra maggiore e più efficiente funzionalità dell'encefalo; essa è responsabile per esempio della capacità di empatia e di comprensione dello stato d'animo altrui e di un migliore rapporto con sé e con gli altri con fenomeni di stima ed autostima incrementati (detta anche ormone della fiducia, poiché provoca l'atteggiamento ad essere maggiormente disponibili e cordiali), oltre che un agente biologico dell'innamoramento.

pedi. Il rilascio di ossitocina nel sangue dei neonati non è stato studiato scientificamente, ma i neonati si comportano come se il livello di ossitocina fosse alto.

Il bambino diventa così una cura per la madre. Lo strato "scivoloso" sulla pelle del bambino non è sporco (come in genere si dice alla neo mamma): anzi è veicolo di piacere che guida madre e bambino nel riconoscersi. E' vita! Come nell'amplesso.

Parto autoregolato: tutti i sensi giocano un ruolo, ma gli occhi...

Una donna che aveva fatto la preparazione al parto con me, mi chiedeva di assistere al suo parto a casa come *doula*.

Quando le contrazioni divennero più potenti, durante ogni contrazione mi chiedeva di potermi guardare negli occhi, "*perché il dolore diminuisce*", mi spiegava. Quando la testa del bambino si affacciò dalla vagina e si videro i suoi capelli, il marito guardava e si commuoveva profondamente; io gli dissi: "*fai vedere a tua moglie la tua commozione*". Il marito, guardò la moglie e lei lo guardò ed esclamò: "*ma tu piangi!*"; nello stesso momento il bambino uscì sull'onda della emozione, mentre questa commozione di tutti avvolgeva il neonato nel più totale silenzio interrotto solo dal suono dei primi respiri e dai singhiozzi di felicità dei genitori.

Io non sapevo, fino a quel momento, che il semplice contatto oculare⁴ potesse avere una funzione così potente durante il parto e la nascita. Ho appreso da Eva Reich che tra il bambino appena nato e la madre, se non disturbati, si stabilisce un *contatto*⁵ così forte che è considerato un nutrimento energetico, paragonabile al nutrimento attraverso l'ombelico. Sapevo che non bisognava interromperlo perché è il primo contatto di buon nutrimento, il primo saluto benefico. Eva Reich aveva invece affermato che il contatto oculare si può verificare, in parti non medicati, al momento della nascita: in quel parto in casa, tutti erano presi dalla naturale commozione e nessuno interrompeva il *contatto bioenergetico* che coinvolgeva tutti..

La Moberg ha così spiegato la funzione della *doula*⁶: "*E' possibile che la combinazione di stretto contatto corporeo ed emozionale tra la doula e la*

⁴ V. D. Campbell, *Eye contact*, e B. Senf, *Die Wiederentdeckung des Lebendigen*, in bibliografia.

⁵ A.N. Schore, "*In particolare, la faccia della madre emozionalmente espressiva è di gran lunga lo stimolo visivo più potente nell'ambiente del bambino. L'interesse potente del bambino nel viso della madre, e specialmente nei suoi occhi, lo porta ad impegnarsi in periodi di intenso mutuo guardarsi (gaze). Lo sguardo del bambino invoca/ricerca lo sguardo della madre e agisce quindi come potente canale interpersonale per la trasmissione del reciproco influenzamento e attaccamento. E' stato osservato che la pupilla dell'occhio agisce come un mezzo di comunicazione non verbale e che le pupille del bambino stimolano il comportamento materno.*" Una conferma delle intuizioni di W.Reich. Ora vedi il *Breast Crawl* raccomandato dalla UNICEF Maharashtra, Mumbai 2007, per un migliore inizio dell'allattamento al seno.

⁶ La doula è una figura assistenziale non medica che si occupa delle cure prenatali della donna, le è di supporto durante il parto e il postpartum: M.H. Klaus, J.H. Kennell, *The doula: an essential ingredient of childbirth rediscovered*, in bibliografia.

partoriente possa stimolare il rilascio di ossitocina con effetto benefico sul progresso del travaglio...I risultati della ricerca dimostrano che i livelli di ossitocina sono alti quando è presente l'accettazione-dedizione tra donna e doula, verso le nuove positive esperienze. E' l'accettazione della nuova situazione da parte di entrambe le partecipanti (si possono includere anche ginecologa e ostetrica) che è fondamentale".

"In questa situazione sembra che la cura nutriente, "loving" e "healing" (corrispondente al glow and flow⁷), possa influenzare l'individuo in modo profondo e sostenuto. Alcuni studi dimostrano che l'ossitocina è rilasciata non solo nelle persone che ricevono la cura ma anche nelle persone che la danno." La Moberg conferma così, con le sue ricerche scientifiche, il concetto di glow and flow di Eva Reich.

"Questi studi dimostrano che importanti cambiamenti psicofisici positivi possono essere indotti senza l'uso della medicazione. Molti interventi ottengono questi effetti senza usare medicine: al lavoro, a scuola, in ospedale e con gli anziani" e persino nel momento del morire.

E' possibile elevare il livello di ossitoni, sia in uomini, sia in donne, quando si riceve una combinazione di stimoli di calore, di contatto di pelle, di massaggio, di movimento ritmico in presenza di feedback empatico, gentile, supportivo."

*Per Eva Reich nel venire al mondo si stabilisce la prima, e più importante, relazione tra madre e neonato: un *imprinting*, o una "memoria implicita" iscritta nel corpo, presente tutta la vita, che equivale ad un: "io riesco! ce la faccio!" La mia vecchia ostetrica, che oggi avrebbe centoventi anni, diceva che durante il parto la neonata impara a partorire.*

Le intuizioni di W. Reich

*"Il bambino è prima di tutto una parte di natura vivente, che nasce portando con sé un sistema bioenergetico governato da leggi naturali." Entra in *contatto bioenergetico* con la madre e crea un'attrazione reciproca e *innamoramento* (attaccamento).*

La capacità di autoregolazione si basa su leggi bioenergetiche, presenti alla nascita: il senso

bioenergetico del contatto, la funzione dei campi di energia dei due, è ancora sconosciuto alla maggior parte degli specialisti, anche se le madri hanno da sempre naturalmente compreso i loro bambini con questo senso (istinto).

*Il contatto bioenergetico è l'elemento emozionale ed esperienziale più importante nell'interrelazione tra madre e bambino, soprattutto prima della nascita e i primi giorni e mesi dopo. La sorte futura del bambino dipende dalla creazione di questo contatto che è il *core* dello sviluppo emozionale e morale del bambino".*

⁷ V. Glow and flow = ardere e fluire; v. S. Wendelstadt, *La spiritualità del contatto*, in bibliografia.

“Il periodo dalla formazione dell’embrione fino alla fine, circa, del primo anno di vita in organobiofisica è considerato il periodo critico in cui si costituisce il funzionamento del sistema organotico (bio-sistema). Questo lasso di tempo è decisivo per il successivo buon funzionamento bioenergetico ... Il periodo tra i tre e cinque anni è considerato da Freud il periodo critico dello sviluppo psichico. Ma lo sviluppo psichico è profondamente influenzato dallo sviluppo del precedente periodo preverbale biofisico.

Con i blocchi del flusso e della pulsazione della bioenergia la capacità di autoregolazione della salute diminuisce.” (W. Reich, *Bambini del futuro*)

Il massaggio bioenergetico a farfalla di Eva Reich

“Il senso bioenergetico di contatto, funzione del campo di energia di madre e bambino, è sconosciuto agli specialisti. Il contatto bioenergetico è l’elemento esperienziale ed emozionale più importante nell’interrelazione tra madre e bambino, soprattutto nel periodo prenatale, durante il parto e nei primi giorni e settimane di vita. Il destino futuro del bambino dipende da esso. Sembra essere il *core* dello sviluppo emozionale del neonato. Sappiamo molto poco su questo” (W.Reich).

Eva Reich, figlia di Wilhelm, sostiene che prima del massaggio a farfalla – lo ha chiamato così perché è leggero come il tocco d’ala di una farfalla – la pelle del bambino desidera il contatto con la madre, lo desidera ardentemente. Nel contatto, la pelle di entrambi si carica energeticamente e un senso di benessere pervade entrambi. Poi il piccolo si sazia e, felicemente rilassato, si abbandona alle braccia della madre, roseo, caldo, luminoso. Eva Reich, chiama questo stato *glow and flow* (ardere e fluire) ed è sinonimo di salute.

Quando tra i due l’energia fluisce e pulsa in un dialogo ritmico di *glow and flow*, senza parole, la loro salute si autoregola: “Tu senti me, io sento te: noi due ci apparteniamo”. In un *continuum* di esperienze filogenetiche, il bambino, tutt’altro che passivo, sa stimolare la madre perché risponda ai suoi messaggi e si aspetta che siano ascoltati. La madre, con un senso infinitamente raffinato, comune a tutte le donne, sente dentro di sé l’unica risposta “giusta”, risponde e gioisce del *feedback* che si crea con il bambino: è questa la autoregolazione. Questo dialogo energetico - *bonding* - è il filo con il quale il bambino tesse il suo Sé nel mondo.

“Il *bonding*”, dice Eva Reich, “è un processo bio-energetico su cui possiamo lavorare bioenergeticamente”.

W. Reich ha scoperto che il contatto bioenergetico è una funzione della imposizione dei campi di energia di due organismi e che nello stato di contatto (*glow and flow*) si verifica una risonanza energetica. In questo stato è possibile per entrambi percepire nel proprio corpo le emozioni dell’altro che sono, secondo W.Reich, dei reali processi biofisici nel plasma del corpo.

L'attualità delle ricerche di W. Reich è oggi confermata da uno dei più noti ricercatori del rapporto madre-bambino, Daniel Stern, che a questo proposito sostiene: "Non abbiamo ancora nessuna idea precisa sui normali schemi interattivi tra madre e bambino. Non si può ridurre il sapere intuitivo di una madre a qualcosa da imparare. L'adattamento interattivo si realizza attraverso questo risponderci intuitivo e istintivo. Il sostegno emotivo non viene dai consigli degli esperti, ma da gruppi di donne che vivono la stessa esperienza. Gli specialisti devono ancora imparare ciò che le madri fanno da sempre intuitivamente. Il consiglio per gli esperti della nascita è di immischiarsi il meno possibile nelle faccende delle madri".

Gli animali leccano i loro cuccioli. Così come il cucciolo animale è leccato, allo stesso modo il neonato, accarezzato in tutto il corpo, attiva tutte le sue funzioni vitali. Egli apprende attraverso la pelle. La pelle è come un secondo cervello. Milioni di terminazioni nervose nella pelle mandano messaggi al cervello limbico dove, durante il primo anno di vita, le sensazioni sono elaborate in sentimenti, immagini, pensieri e parole. Nei primi giorni e nelle prime settimane di vita, in contatto con la madre, il bambino crea un sistema di risposte affettivo-motorie, una specie di grammatica comportamentale, che è alla base della formazione del senso di Sé. Lo sviluppo nei periodi successivi dipende da questo primo periodo.

Riassunto

Wilhelm Reich prima e sua figlia Eva, successivamente hanno osservato l'importanza che il momento della nascita sia tale da favorire l'attaccamento tra madre e bambino. L'intervento di chi sta intorno deve tendere a favorire questo processo spontaneo di *glow and flow* evitando intrusioni che impediscono il formarsi di risposte affettivo-motorie destinate ad essere alla base del senso di sé.

Summary

Wilhelm Reich and after him his daughter Eva have studied the importance of the moment of birth, which should favour the attachment between mother and child. The participators in birth should foster this spontaneous process of *flow and glow* and should avoid intrusion in affective-motor processes which are basic for the sense of self.

Parole chiave

Ossitocina, contatto oculare, massaggio a farfalla, glow and flow (ardere e fluire), doula, bioenergia.

Key words

Oxytocin, eyecontact (gaze), butterfly massage, glow and flow, doula, bioenergy.

Bibliografia

W. Reich, *Children of the Future*, Strauss and Giroux, 1984

W. Reich, *Bambini del futuro*, SugarCo, Carnago Varese 1987

L. Righard, *Delivery Self Attachment*, DVD Cascade, 2005

K.U. Moberg, *The Oxytocyn Factor*, Merloyd Lawrence Book, 2003

A.N. Schore, *Affect regulation and the origine of the Self*, 1994, riprodotto parzialmente nella rivista *JOPPPAH (Journal of Pre – Perinatal Psychology and Health)*, 2003.

D. Campbell, *Eye contact*, congresso IIBA, Arles, maggio 1998

B. Senf, *Die Wiederentdeckung des Lebendigen*, Zweitausendeins, Frankfurt 1996

M.H. Klaus, J.H. Kennell, *The doula: an essential ingredient of childbirth rediscovered*. Acta Paediatr. Ottobre 1997; 86(10):1034-6.

E. Reich E. Zornanszky, *Bioenergetica dolce*, Tecniche nuove, Milano 2006

S. Wendelstadt, *Spiritualità del contatto*, in *Anima e corpo, Riv. Semestr. Internaz. di Psicologia somatica*, Milano 1997

D. Stern, *Le prime relazioni sociali, il bambino e la madre*, Sovera Multimedia, 1989

(Relazione di Silja Wendelstadt alla conferenza “Analisi Bioenergetica in Dialogo” a Camogli 2009)

(C) Silja Wendelstadt